

Klassische Massage

NATURHEILKUNDE



Die Massage beeinflusst mechanisch unsere Haut, das Bindegewebe und die Muskulatur durch Dehnungs-, Zug- und Druckreize. Die Wirkung reicht von der direkt behandelten Stelle des Körpers über den gesamten Organismus und schließt auch das psychische Befinden mit ein. Die Massage im weitesten Sinne ist eines der ältesten Heilmittel der Menschheit.

Über den griechischen Arzt Hippokrates (ca. 460-370 v. Chr.) und seine medizinische Schule gelangte die Massage von ihren Ursprüngen in Afrika und Asien nach Europa. Die Gesellschaft verlor jedoch in späteren Zeiten das Interesse an Massagen und anderen Präventions- und Therapiemaßnahmen. Erst gegen Ende des Mittelalters, im 16. Jahrhundert, wurde die Massage durch den Arzt und Alchimisten Paracelsus (1493-1541) wieder Thema der europäischen Medizin.

Die klassische Massage ist die bekannteste und am weitesten verbreitete Massageform. Sie besteht aus vier Techniken, die nacheinander durchgeführt werden:

- Effleurage: Sanftes Streichen zur Kontaktaufnahme mit dem/r Klienten/in und zumerspüren der Verspannungen und Verhärtungen.
- Petrissage: Kneten, bei dem die Muskeln gegeneinander verschoben und dabei gedehnt werden, zur Anregung der Durchblutung und zur Lösung von Verspannungen.
- Friktion (Reibung): Mit dem Daumen oder den Fingerkuppen werden tiefe, kreisende Bewegungen ausgeführt, um Myogelosen (harte Knoten im Muskelgewebe) zu lösen.
- Tapotement: Durch Klopfen und leichtes Schlagen mit der lockeren Hand wird das Nervensystem angeregt und eine tiefe Durchblutung der Muskulatur bewirkt.

Die klassische Massage dient in erster Linie der Vorbeugung und Behandlung von Verspannungen und Verhärtungen in der Muskulatur, zur besseren Durchblutung der Haut sowie zur Entspannung und gleichzeitigen Vitalisierung des ganzen Menschen.

Sie erlernen in diesem Seminar umfassend die klassische Massage und Wellnessmassage in den Bereichen Bein und Fuß, Rücken, Arme und Bauch, Kopf und Gesicht. Ergänzend wird auch auf die Sportmassage eingegangen.

Für Therapeuten/innen und Wellnesspraktiker/innen geeignet.

Dozent/in Barbara Graupner: Barbara Graupner, geboren 1971 in Salzburg. Studium der Rechtswissenschaften. Nach der Geburt ihrer drei Kinder widmete sie sich ganz der Familie. 2014 begann sie dann zahlreiche Ausbildungen im Sport- und Wellnessbereich, um ihre Leidenschaft zum Beruf zu machen. Parallel absolvierte sie Diplomlehrgänge für Fitness- und Wellnessstraining, medizinisches Fitnessstraining, Faszientraining und Sporternährung, sowie eine Ausbildung zum Massage-Praktiker mit diversen Zusatzqualifikationen. Schwerpunkt Lomi Lomi (Ausbildung auch auf Hawaii). Sie arbeitet als selbständige Fitnesstrainerin insbesondere im Seniorensport und betreibt gemeinsam mit ihrem Mann seit 2017 ein Massagestudio in Freilassing. Gern gibt sie ihr Wissen als Dozentin der DPS weiter.

Termine:

Fr. 15.09.2023

12:00-20:00 Uhr

Sa. 16.09.2023

So. 17.09.2023

jew. 09:00-17:00 Uhr

Fr. 22.09.2023

12:00-20:00 Uhr

Sa. 23.09.2023

So. 24.09.2023

Sa. 04.11.2023

So. 05.11.2023

jew. 09:00-17:00 Uhr

Preis:

980,- Euro *

Paracelsus Schule

Hauptstr. 13

83395 Freilassing

Tel. 08654 - 6 62 62

Seminarnummer:

SSA15010923V1

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

